

1 INTRODUÇÃO

Um dos pontos mais importantes que está contemplado na Base Nacional Comum Curricular, BNCC é “as competências do século XXI”. Essas competências vão permear a construção das propostas pedagógicas das instituições escolares e algumas delas estão intimamente relacionadas às habilidades socioemocionais.

A atenção a essas novas competências que têm foco em habilidades não cognitivas ganhou força após o reconhecimento de que características ligadas ao comportamento e à administração das próprias emoções podem impactar positivamente no aprendizado dos alunos e tem forte influência na vida como um todo. Vale frisar que essas competências dizem respeito a formar cidadãos com capacidade de resolver problemas, trabalhar em equipe, argumentar, defender seu ponto de vista, respeitar o outro e ser cada vez mais críticos. A BNCC aponta que a Educação Básica brasileira deve promover a formação e o desenvolvimento humano global dos alunos, para que sejam capazes de construir uma sociedade mais justa, ética, democrática, responsável, inclusiva, sustentável e solidária.

Das dez competências previstas na BNCC, o enfoque foi dado nas três últimas. São elas:

8. Conhecer-se, apreciar-se e cuidar de sua saúde física e emocional, compreendendo-se na diversidade humana e reconhecendo suas emoções e as dos outros, com autocrítica e capacidade para lidar com elas.

9. Exercitar a empatia, o diálogo, a resolução de conflitos e a cooperação, fazendo-se respeitar e promovendo o respeito ao outro, com acolhimento e valorização da diversidade de indivíduos e de grupos sociais, seus saberes, identidades, culturas e potencialidades, sem preconceitos de origem, etnia, gênero, idade, habilidade/necessidade, convicção religiosa ou de qualquer outra natureza, reconhecendo-se como parte de uma coletividade com a qual deve se comprometer.

10. Agir pessoal e coletivamente com autonomia, responsabilidade, flexibilidade, resiliência e determinação, tomando decisões, com base nos conhecimentos construídos na escola, segundo princípios éticos democráticos, inclusivos, sustentáveis e solidários.

Esse direcionamento implica que, além dos aspectos acadêmicos, precisamos expandir a capacidade dos alunos de lidar com seu corpo e bem-estar, suas emoções e relações, sua atuação profissional e cidadã e sua identidade e repertório cultural.

Os doze Direitos de Aprendizagem apresentados (BRASIL, 2015, p.7-8), de certo modo delineiam o perfil do aluno que se pretende formar tal qual os objetivos de aprendizagem da BNCC, destacando-se a preocupação com os relacionamentos interpessoais e sociais, o desenvolvimento de competências socioemocionais, o reconhecimento e respeito a diferentes culturas e suas manifestações, percepção e posicionamento crítico e ético diante de questões políticas e sociais.

Importante ressaltar que as competências gerais não são temas transversais, como os que se apresentavam nos Parâmetros Curriculares Nacionais (PCN), mas direitos essenciais a ser garantidos para os alunos como objetivo primordial da sua trajetória escolar.

As emoções são relevantes na aprendizagem, sendo aliadas ou oponentes. A ansiedade em graus moderados ativa a curiosidade e motiva a aprendizagem, mas em graus elevados prejudica a atenção, retenção e recuperação da informação (p. ex., Gondim & Mutti, 2011; Mutti, Alvim, Loiola, Gondim, & Borges-Andrade, no prelo).

Dentre os aspectos estudados sobre o desenvolvimento das competências socioemocionais, a escola municipal Amélia Benta entendeu que para ser um aprendizado efetivo e replicável, uma aula sobre respeito ou empatia não é suficiente. Ou um dia de atividades na escola anualmente. As crianças precisam colocar em prática em seu dia a dia e na interação com os outros. Nesse contexto, Não é mais possível conceber que apenas a cognição comparece à sala de aula: os alunos têm emoções, estabelecem vínculos com os objetos do conhecimento, com os colegas, com os professores, com a família, com os amigos, com o mundo. Os professores também. Todos nós rimos, choramos, sofremos, nos encantamos, desejamos,

fantasiamos, teorizamos... Somos seres de relação, repletos de vida, há infinitos universos dentro e fora de nós - não há como fugir disso.

As contribuições de Henri Wallon nos dão subsídios para pensar o desenvolvimento do ser humano nas instâncias biológica, psíquica e social. O autor propõe um modelo de desenvolvimento humano que transita e integra a dimensão motora, a afetividade e a inteligência humana na constituição dos sujeitos.

Ao realizar a experiência de interiorizar conhecimentos da biopsicologia, do yoga, da yogoterapia e constatar os benefícios adquiridos por meio da prática de mindfunells, a coordenadora Isabel Cristina Ferreira Pagnoncelli, idealizou o Programa Círculo do Amor que com o total apoio e participação da diretora Selma regina de Oliveira, em setembro de 2017 teve início a princípio com os alunos.

Constatando que seria necessário uma formação com os professores focada em si mesmos para obter melhores resultados com os alunos, a coordenadora criou uma rotina inicial para todas as reuniões pedagógicas, preocupando-se com a adequação do aprendizado adquirido ao ambiente escolar. Com isso surgiu a parceria com a voluntária Estela Martins de Azevedo, professora de yoga, em ampliar as práticas aos docentes no início das aulas, às sextas feiras; momento que os alunos também estariam em atividade semelhante no pátio da escola, sendo conduzidos pela coordenadora.

A proposta foi bem aceita e passou a ser desenvolvida todos os dias, com exceção do dia em que a aula iniciava com o “Momento Cívico”. Ao longo do processo, outras atividades foram acrescentadas, tornando o projeto, que inicialmente era para ser aplicado apenas nos professores com o nome de “Cuidar de quem cuida”, fosse também oferecido e aplicado em todos os sujeitos da equipe escolar.

Atualmente, está em fase de agregar a comunidade escolar, abordando a mesma prática com movimentos diferenciados para mães de alunos, uma vez por semana.

2 OBJETIVOS

- Promover uma educação voltada também para o desenvolvimento da inteligência socioemocional para discentes e todos os sujeitos que contribuem para a aprendizagem na formação integral do aluno;
- Formar seres humanos que consigam compreender o todo ao invés das partes;
- Favorecer a aquisição de criatividade para se reinventar diante de crises e conseguir superá-las;
- Oferecer a aquisição de habilidades para resolução de conflitos;
- Formar cidadãos que busquem construir uma sociedade mais justa

3 METODOLOGIA

A presente investigação é de cunho qualitativo. A pesquisa qualitativa está fundamentada num exemplo dialético de análise, já que visa conhecer as várias formas de manifestação do objeto de estudo, buscando descrever significados que são socialmente construídos. De caráter subjetivo, dá ênfase as interações, sendo que suas técnicas de análise são orientadas pelo processo (Patton apud ALVES, 1991).

Algumas características da pesquisa qualitativa são destacadas por Bogdan e Biklen (1994): O pesquisador é o instrumento principal de constituição dos dados; a pesquisa qualitativa é descritiva; o pesquisador dá ênfase aos processos em relação aos produtos; o pesquisador preocupa-se em entender significados de experiências sociais.

Para Chizzoti (2006): O termo qualitativo implica uma partilha densa com pessoas, fatos e locais que constituem objetos de pesquisa, para extrair desse

convívio os significados visíveis e latentes que somente são perceptíveis a uma atenção sensível. Após esse tirocínio, o autor interpreta e traduz em um texto, zelosamente escrito, com perspicácia e competência científicas, os significados patentes ou ocultos do seu objeto de pesquisa. (CHIZZOTI, 2006, p. 28).

Sumarizando, a pesquisa qualitativa envolve a obtenção de dados descritivos que são extraídos no contato direto do pesquisador com a situação estudada, enfatizando mais o processo do que o produto. Na pesquisa qualitativa o pesquisador esforça-se para diminuir a distância entre a teoria e os dados, o contexto e a ação, e busca descrever e interpretar os acontecimentos (BOGDAN, BIKLEN, op. cit.).

A proposta de implementar um projeto com características de envolvimento, autoconhecimento, amor-próprio e respeito à si e ao próximo foi idealizada pela coordenadora Isabel após a realização de um curso de yoga no espaço da especialista Estela.

A primeira etapa foi realizada com a aplicação da prática com os alunos e posteriormente com os docentes, tendo como apoio a especialista e voluntária Estela para implementar as técnicas de relaxamento, algumas posturas de yoga e meditação com as professoras, uma vez por semana, às sextas-feiras de manhã.

Ao mesmo tempo, surgiu a necessidade de aplicar uma atividade adaptada para os alunos antes das aulas todos os dias, com exceção do dia de culto à bandeira, que é ministrada pela coordenadora Isabel.

A próxima ação ocorreu devido vislumbrar a ampliação do Cuidar de Quem Cuida aos funcionários, em diálogo entre a diretora e a coordenadora. Então, a coordenadora implementou um programa com duração de 8 semanas, sendo um encontro semanal, que possibilitou a todos muita reflexão, desenvolvimento da atenção plena, técnicas de relaxamento e meditação.

Os resultados foram surgindo nas ações do dia a dia, culminando no desenvolvimento pessoal e profissional dos funcionários.

Neste período, uma das funcionárias precisou realizar uma cirurgia e se afastou do local de trabalho, tornando possível a comparação com o desenvolvimento dos demais com relação à integração. Assim, com a avaliação atual, percebemos a necessidade da aplicação de um segundo curso para promover a integração da funcionária.

Ao longo do processo, outras atividades foram acrescentadas, como a segunda reunião de pais, onde ocorreu a explanação sobre o projeto e a metodologia aplicada para que houvesse avanços na aprendizagem dos alunos, o que foi muito esclarecedor, pois muitos pais ainda estavam receosos e com dúvidas por relacionarem a prática da ioga com religiosidade ou misticismo. Por este motivo, foi explicado sobre os benefícios da meditação e relaxamento para a aprendizagem, através de vídeos e experimentação de técnica de atenção plena para que compreendessem os referenciais utilizados pela gestão da escola. Também foi explicado para a comunidade na reunião seguinte de pais, a posição do projeto dentro do PPP (Projeto Político Pedagógico) da escola e suas implicações diante da necessidade de desenvolver no aluno as habilidades sociais para integração emocionais para controle das emoções e autoconhecimento.

4 PRINCIPAIS RESULTADOS

O Projeto Político Pedagógico, PPP da escola já possuía em sua missão, o desenvolvimento integral do aluno, com ênfase na saúde física e emocional, “Desenvolver o potencial humano e a saúde física e mental do aluno”, o que com a BNCC decorreu do desenvolvimento de habilidades emocionais com ênfase no bom convívio social, pois a necessidade de melhoramento nas relações de convívio e bem-estar social e emocional surgiu de uma análise dos registros das ocorrências com situações de desrespeito e dificuldades em lidar com as emoções negativas no âmbito escolar.

Algumas crianças apresentavam realidades sociais com problemas muito graves como, dizer palavrões na escola e xingamentos na sala de aula para seus colegas de classe. Também, durante o intervalo, as ocorrências de brigas e desavenças ocorriam

constantemente, com muitas atitudes de humilhação, falta de educação e desavenças.

Vale ressaltar que as pessoas que visitam a escola pela primeira vez, sentem e esternam a sensação do clima agradável e pacificador encontrado nas dependências da escola.

4.1 Prática diária antes do início das aulas e demais ações

No início das aulas o desenvolvimento de práticas de relaxamento e controle da respiração com ajustes com relação a horários e nas posições da prática.

As professoras e a equipe escolar vem se integrando gradativamente ao agrupamento e os alunos apresentam boa desenvoltura na realização de tais atividades.

4.1.1 A participação dos docentes

De início a voluntária Estela desenvolveu técnicas de relaxamento e ioga com as docentes uma vez por semana para que sentissem os efeitos da prática no corpo e na mente. Esse envolvimento vem agregando na realização a valorização de cada atividade e assim, os alunos se sentem mais motivados para realizar os movimentos.

4.1.2 A participação de todos os agentes formadores

A participação de todos os agentes formadores que fazem parte do processo de formação humana e integral na escola é imprescindível para o êxito do projeto. Portanto, foi implementado um curso de Atenção Plena com a duração de 8 semanas para o envolvimento e a compreensão da necessidade de suas atitudes com relação à educação e a reflexão com relação às atitudes com o aluno, assim como a conscientização de atitudes da criança com relação aos demais, contribuindo para a melhoria do clima escolar.

4.1.3 Esclarecimento aos pais e comunidade

A comunidade obteve esclarecimento sobre os benefícios da prática de relaxamento e meditação assim como puderam ouvir depoimentos de docentes que realizam a atividade. Também participaram de uma atividade de atenção plena, o que promoveu um melhor entendimento com relação à sua importância antes das aulas para que a aprendizagem ocorra plenamente. A resposta foi a presença maciça da comunidade escolar em evento promovido pela escola em comemoração ao dia das mães. Momentos intensos e significativos para as famílias, especialmente “mães” e filhos.

Os alunos visitaram uma casa de recuperação de ex-adictos para desenvolver o senso de empatia e solidariedade. Com isso, refletiram sobre as atitudes que eram consequências positivas e negativas com a produção artística de materiais com mensagens de amor e solidariedade e também a apresentação de uma música ensaiada pelo coral da escola.

4.1.4 Sinal sonoro

Substituir a campanha do sinal para uma música com dedilhado de piano (entrada, saída e intervalos), foi possível visto que, os alunos e professores interiorizaram os benefícios conquistados por meio das ações implantadas no programa.

Ouvir essa melodia é receber de presente, tranquilidade e paz.